

## YMCA HEALTHY KID'S & FAMILY CAMPAIGN

# ヘルシーキッズ&ファミリーキャンペーン

～すべての人が健康に。そして生きがいが見つかる。YMCAがあなたの今と未来と一緒に考えます～

ヘルシーキッズ&ファミリーキャンペーンは、子どもたちの健やかな心と身体を育む成長の支援、

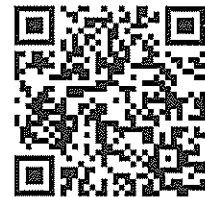
また家族で健康について考える機会として横浜YMCAが実施するキャンペーンになります。

神奈川県下のYMCAにおいて様々な取り組みを実施し、皆様のご参加をお待ちしております。

**キャンペーン期間：2019年4月21日(日)～5月31日(金)**



各YMCAにて様々なイベントを実施いたします。詳細は、裏面またはWEBよりご確認ください。



横浜YMCA ヘルシーキッズ 🔍

### YMCA プログラム無料体験 ～すべての方に運動の機会を～

2019年5月中(休館日等を除く)の期間でYMCAプログラムにはじめてご参加の方に限り、お一人様1回無料でプログラム体験にご参加いただけます。体験実施プログラムの詳細やプログラムの空き状況などについてはお近くの下記YMCAまでお問い合わせください。

**プログラム体験  
実施します!**

詳細はお問い合わせください

横浜中央YMCA(関内駅) 045-661-0084  
湘南とつかYMCA(戸塚駅) 045-864-4768  
横須賀YMCA(北久里浜駅) 046-834-5811  
YMCA山手台センター(弥生台駅) 045-813-1022  
川崎YMCA(登戸駅) 044-932-2031

横浜北YMCA(菊名駅) 045-433-4321  
藤沢YMCA(藤沢駅) 0466-26-1151  
厚木YMCA(本厚木駅) 046-244-4181  
金沢八景YMCA(金沢八景駅) 045-782-3003  
※お近くの下記YMCAまでお問い合わせください。

4/30 (火・祝)

## YMCA 山手台センター

### 2019 ヘルシーキッズ&ファミリーデイイベントのご案内

各プログラム申込開始日 4/8 (月) 10時より

#### 1. 水泳プログラム

プログラム名	対象	定員	時間	参加費
ウォーターボール体験	小学生	8名	10:00~11:00	1,000円
プールで運動会	3歳~6歳 (小学生不可)	30名	14:15~15:00	500円
親子でウォーターボール 体験 (2名1組)	幼児~小学生と その保護者	4組	16:15~17:15	1組 1,000円

★ウォーターボール…人が入れる大きなボールに入って、プールの上を歩こう！バランス感覚を養うトレーニングにもなります。

★プールで運動会…プールを使って大運動会！楽しく水になれていきましょう！

★親子でウォーターボール…親子で協力してウォーターボールで動いてみましょう！



#### 2. 体操プログラム

プログラム名	対象	定員	時間	参加費
かけっこ教室	小学生	10名	10:00~10:45	500円
親子体操 (2名1組)	2歳児とその保護者	5組	13:00~13:45	1組 500円
親子で逆上がり (2名1組)	幼児~小学生と その保護者		15:00~15:45	
バク転チャレンジ	小学生	10名	16:00~16:45	500円

★かけっこ教室…早く走るためのコツをつかみましょう！

★親子体操…お子様と一緒に体を動かしてみませんか？

★親子で逆上がり…ご自宅でもできるような逆上りのコツを丁寧に指導します。

★バク転チャレンジ…大技にチャレンジしてみよう！



#### 3. YMCA 山手台センター 通年プログラム (水泳・体操) 無料体験

山手台センターのプログラムを体験してみませんか？

5月中は休館日を除く期間でお子様も大人のクラスもおひとり様1回無料でプログラムを体験いただけます。体験実施プログラムの詳細や、定員状況につきましては、YMCA 山手台センターまでお問い合わせください。